

Af. Marie Milling , [BT 25.02.2024](#)

Danskernes vaskevaner er ikke, som de bør være.

Sådan lyder konklusionen fra Anne Grete Rasmussen, der er pensioneret lektor og nu er kendt som Fru Grøn. Hun har dog en række snedige tricks, du kan gøre brug af.

De fleste vil nok mene, at man skal vaske sit sengetøj hver eller hver anden uge. Men:

»Det er faktisk helt ok at vente til hver tredje eller hver fjerde uge, før man stopper sengetøjet i maskinen,« siger hun.

Den pensionerede lektor, der også er kendt som Fru Grøn fra frugrøn.dk, påpeger dog, at det er vigtigt at have for øje, at hendes anbefalinger gælder raske mennesker. Folk der er syge, har astma eller allergi skal vaske oftere.

»Der er ikke noget farligt ved at skrue ned for hvor ofte man vasker sit sengetøj,« siger hun og uddyber:

»Faktisk sparer man derved både energi, vand, sæbe, kemikalier, tid, og så skåner man tøjet.«

Kan nøjes med færre grader

Når det kommer til håndklæder er det meget individuelt, hvor meget de skal vaskes, men rengøringseksperter anbefaler, at man smider det ind, når man alligevel vasker senge- eller undertøj.

»Og faktisk vil jeg sige, at man behøver ikke altid at vaske håndklæderne ved 60 grader, og det siger jeg, selvom jeg får hug får det nogle gange.«

Hvis ikke håndklædet er særlig beskidt, kan man godt give det en 40 graders vask, lyder det fra Fru Grøn.

Anne Grete Rasmussen, som har 25 års erfaring i branchen, siger ligeledes, at man også kan sætte intervallet af vaske på sine karklude ned.

Brug næsen

»Et godt trick er at lugte til den, for det er en god indikator for, om den trænger til vask,« siger hun.

I sit virke er hun ofte stødt på mennesker, som har dårlig samvittighed over, de ikke når at få vasket så ofte som hver eller hveranden uge.

»Det er på tide, at man lægger den dårlige samvittighed på hylden. Jeg oplever tit, at børnefamilier alligevel ikke kan finde tid til at vaske sengetøj hver anden uge, men det sker der altså ikke noget ved.«

I forhold til at vaske ved koldere temperaturer, er det vigtigt, at man vasker med noget godt vaskemiddel.

»Lige nu tester Coops Änglemark rigtig godt. Man skal bruge deres flydende version til det kulørte og så deres pulver-udgave til hvidt.«

Hun forklarer, at det flydende er godt til fedtpletter, mens det hvide pulvervaskemiddel er godt til den blegende effekt.

På pletten

»Der findes andre typer, som er mere effektfulde, men så er de ikke miljøvenlige, og det er også vigtigt,« siger Anne Grete Rasmussen.

Sidste råd hun giver til det tøjvaskende folk er, at man ikke har brug for en masse remedier til pletfjerning.

»Oftede indeholder flydende vaskemiddel nogle af de samme ingredienser som pletfjerning, så det virker lige så godt at gnide en genstridig plet med lidt vaskemiddel, inden det smides i vaskemaskinen.«

»Hvorfor bruge alle de dyre og ikke- miljøvenlige pletfjerningsmidler. Bruger vi de rigtige vaskemidler rigtigt, er det ikke nødvendigt med specialmidler, og flydnede vaskemiddel er meget bedre end sulfo,« afslutter hun.